

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

75 m

9,1	Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	17.07.63	Essen
9,1	Zimmer, Hans	40	Alemannia Kamp	25.08.85	Rheurdt
9,2	Mühle, Fritz	17	TuS Lintfort	...65	...
9,2	Matenaers, Johannes	33	SV Sonsbeck	10.06.78	Bruckhausen
9,2	Diederichs, Gerhard	36	Moerser TV	19.06.82	Duisburg
9,3	Kron, Willi	19	Tbd. Oberhausen	06.06.64	Oberhausen
9,3	Basler, Herbert	23	Tbd. Oberhausen	15.05.70	Leverkusen
9,3	Uschmann, Hans	36	TV Biefang	30.06.84	Biefang
9,3	Hüttermann, Dieter	49	LG Hünxe	28.08.94	Bruckhausen
9,4	Konik, Bernhard	31	VfL Repelen	25.06.77	Dinslaken
9,4	Gülich, Heinz	34	Alemannia Kamp	19.05.79	Leverkusen
9,4	Schmitz, Herbert	33	LG Dinslaken-Walsum	27.09.80	Dinslaken
9,4	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	12.06.94	Rheurdt
9,5	Basner, Friedrich	29	GA Möllen	10.06.78	Bruckhausen
9,5	Schuhmann, Klaus	36	LG Hünxe	11.06.83	Drevenack
9,5	Voegelin, Winfried	35	Adler Bottrop	13.06.84	Bottrop
9,5	Sura, Jürgen	49	TEAM Niederrhein	03.09.95	Rheurdt
9,6	Möller, Rudolf	29	TV Bruckhausen	02.07.77	Bruckhausen
9,6	Schmitz, Heinrich	37	LG Hünxe	11.06.83	Drevenack
9,6	Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	31.08.85	Rheurdt
9,6	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	05.06.93	Drevenack
elektronische Zeitnahme					
9,31	Diederichs, Gerhard	36	Moerser TV	29.06.83	Frankfurt
9,50	Sura, Jürgen	49	Alemannia Kamp	22.06.94	Kamp
9,70	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	22.06.94	Kamp

100 m

11,4	Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	01.05.99	Moers
11,7	Wodarz, Hans-Georg	37	Alemannia Kamp	17.05.86	Leverkusen
11,7	Vutz, Heinz	40	Alemannia Kamp	05.06.88	Moers
11,8	Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	14.09.63	Oberhausen
11,9	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	01.05.94	Köln
11,9	Sura, Jürgen	49	TEAM Niederrhein	16.07.94	Erkelenz
12,0	Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	10.09.00	Rheurdt
12,1	Zimmer, Hans	39	Alemannia Kamp	06.06.85	Königswinter
12,2	Diederichs, Gerhard	36	Moerser TV	16.05.81	Leverkusen
12,2	Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	29.05.88	Willich
12,2	Schwartz, Bertram	49	LG Hünxe	13.08.94	Dinslaken
12,3	Basner, Fritz	29	GA Möllen	03.05.75	Dinslaken
12,4	Hülsewede, Ingo	42	TV Wesel	04.07.87	Dinslaken
12,4	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	06.05.95	Leverkusen
12,5	Wetzling, Gerhard	35	Moerser TV	15.05.80	Kamp
12,5	Lamber, Hans	32	Alemannia Kamp	09.05.81	Leverkusen
12,6	Basler, Herbert	23	Tbd. Oberhausen	08.05.71	Dinslaken
12,7	Bongardt, Rütger	35	Moerser TV	16.05.81	Leverkusen
12,7	Hameister, Manfred	48	Alemannia Kamp	21.08.93	Kamp
12,8	Nedzollek, Heinz	26	GA Möllen	03.05.75	Dinslaken
12,8	Hüttermann, Dieter	49	LG Hünxe	06.05.95	Leverkusen

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

100 m

elektronische Zeitnahme

11,96		Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	23.06.98	Moers
12,04		Vutz, Heinz	40	Alemannia Kamp	16.07.88	Köln
12,26	*	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	12.05.94	Moers
12,28	*	Sura, Jürgen	49	Alemannia Kamp	20.08.94	Berlin
12,32	*	Zimmer, Hans	40	Alemannia Kamp	05.07.86	Ahlen
12,37	*	Wachsmann, Günter	55	LG Hünxe	05.08.00	Ludwigshafen
12,55		Schwiertz, Bertram	49	LG Hünxe	29.05.94	Leverkusen
12,57		Diederichs, Gerhard	36	Moerser TV	03.07.82	Rheydt
12,62		Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	17.06.88	Lage
12,70		Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	22.06.94	Kamp

12,86		Hülsewede, Ingo	42	TV Wesel	14.09.91	Wesel
12,86		Kellendonk, Reiner	57	LG Hünxe	07.06.02	Wesel
12,96	*	Hüttermann, Dieter	49	LG Hünxe	12.05.94	Moers
13,02	*	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	14.06.01	Willich

200 m

24,0		Wodarz, Hans-Georg	37	Alemannia Kamp	21.09.86	Moers
24,4		Vutz, Heinz	40	Alemannia Kamp	25.06.88	Pulheim
25,1		Zimmer, Hans	40	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
25,2		Sura, Hans-Jürgen	49	Alemannia Kamp	16.07.94	Erkelenz
25,2		Schwiertz, Bertram	49	LG Hünxe	07.09.94	Oedt
25,7		Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
26,0		in der Beek, Jürgen	43	Spvgg.Sterkrade-Nord	17.04.89	Oberhausen
26,1		Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	05.10.63	Oberhausen
26,1		Wetzling, Gerhard	35	Moerser TV	31.08.80	Rheurd
26,5		Weiß, Manfred	39	Marathon Dinslaken	18.08.84	Essen

26,6		Hähnel, Udo	40	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
26,6		Hansen, Wolfgang	54	GW Flüren	31.08.02	Essen
26,8		Lamber, Hans	32	Alemannia Kamp	15.05.81	Kamp
26,9		Bailly, Werner	35	Alemannia Kamp	02.10.81	Kamp
27,2		Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	22.07.00	Erkelenz
28,0		Schoppmann, Hans	36	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
28,8		Schaak, Allan	10	RW Oberhausen	09.10.55	Oberhausen
28,8		Gülich, Heinz	34	Alemannia Kamp	12.05.79	Voerde
29,6		Raff, Hans	10	RW Oberhausen	09.10.55	Oberhausen

elektronische Zeitnahme

24,32	*	Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	11.06.98	Kevelaer
24,33		Vutz, Heinz	40	Alemannia Kamp	16.07.88	Köln
25,26		Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	03.08.96	Uerdingen
25,43		Sura, Jürgen	49	Alemannia Kamp	06.08.94	Essen
25,61		Schwiertz, Bertram	49	LG Hünxe	08.09.96	Willich
25,82	+1,6	Roßkothen, Jens	70	LC Adler Bottrop	27.09.15	Bottrop
26,85		Hüttermann, Dieter	49	LG Hünxe	15.06.97	Köln
27,02	*	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	14.06.01	Willich
27,34	*	Gormann, Michael	59	LAV Oberhausen	26.05.04	Oedt
27,74	+1,6	Oberließen, Martin	68	LAZ Rhede	01.09.13	Bottrop
28,47	-0,3	Wernecke, Rainer	71	STV Hünxe	15.06.17	Krefeld-Uerdingen
29,15	*	Schroller, Wolfgang	54	LG Hünxe	22.06.00	Kevelaer

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

400 m

53,1	Wodarz, Hans-Georg	37	Alemannia Kamp	02.06.85	Essen
56,3	Schwiertz, Bertram	49	LG Hünxe	13.09.94	Ratingen
57,6	Grünfelder, Ernst	35	SG Osterfeld	02.06.83	Troisdorf
57,9	Hülsewede, Ingo	42	TV Wesel	04.07.87	Dinslaken
58,6	Weiß, Manfred	39	Marathon Dinslaken	18.08.84	Essen

elektronische Zeitnahme

52,58	Wodarz, Hans-Georg	37	Alemannia Kamp	29.06.85	Rom/I
56,58	in der Beek, Jürgen	43	Spvvg.Sterkrade-Nord	25.05.89	Essen
57,65	Schwiertz, Bertram	49	LG Hünxe	12.09.95	Ratingen
57,67	Hülsewede, Ingo	42	TV Wesel	17.06.87	Wuppertal
57,87	Grünfelder, Ernst	35	SG Osterfeld	02.07.83	Schriesheim
59,37	Gormann, Michael	59	LAV Oberhausen	19.06.04	Kevelaer
59,80	Weiß, Manfred	39	Marathon Dinslaken	17.08.85	Essen
61,38	Hansen, Wolfgang	54	GW Flüren	21.09.03	Wesel
61,46	Müllmann, Christoph	60	TEAM Niederrhein.	10.06.06	Bottrop
61,52	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	21.05.99	Wesel
62,11	Oberließen, Martin	68	LAZ Rhede	09.06.13	Gladbeck
62,12	Kellendonk, Reiner	57	LG Hünxe	07.06.02	Wesel
63,37	Schroller, Wolfgang	54	LG Hünxe	03.06.99	Erkelenz
65,58	Schulze, Norbert	59	TEAM Niederrhein.	10.06.06	Bottrop
68,18	Tohermes, Dr. Kurt	55	LG Hünxe	07.06.02	Wesel
68,24	Caspers, Martin	59	TEAM Niederrhein.	10.06.06	Bottrop
68,30	Michelis, Walter	57	LG Hünxe	07.06.02	Wesel

800 m

2:01,39	Wodarz, Hans-Georg	37	Alemannia Kamp	20.07.85	München
2:03,1	Grünfelder, Ernst	35	SG Osterfeld	15.06.80	Dortmund
2:10,0	Weritz, Günter	35	LG Dinslaken-Walsum	28.07.80	Essen
2:11,2	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	05.08.89	Essen
2:11,4	Pawlak, Günter	32	LG Dinslaken-Walsum	08.06.80	Essen
2:11,6	Friese, Klaus	41	LG Hünxe	05.06.88	Moers
2:11,8	Weiß, Manfred	39	Marathon Dinslaken	11.08.84	Willich
2:12,48	in der Beek, Jürgen	43	Spvvg.Sterkrade-Nord	25.05.89	Essen
2:12,73	Horvath, Frank	65	LAV Oberhausen	11.05.11	Oedt
2:13,67	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	16.07.99	Schweinfurt
2:13,98	Wunderlich, Alfred	51	LG Hünxe	09.09.00	Gütersloh
2:15,21	Gormann, Michael	59	LAV Oberhausen	07.07.04	Oedt
2:15,5	Werthmann, Berthold	44	LG Hünxe	17.05.89	Süchteln
2:16,9	Horvath, Udo	46	LG Hünxe	01.05.93	Köln
2:20,81	Hesselmann, Rolf	57	LG Hünxe	01.05.02	Köln
2:21,17	Wiedener, Hans-Jürgen	59	GW Flüren	08.05.05	Wesel
2:23,2	Hesselmann, Wolfgang	52	SuS 09 Dinslaken	05.09.98	Dortmund
2:24,4	Pallin, Rüdger	59	LAV Oberhausen	04.06.04	Wesel
2:26,64	Tohermes, Dr. Kurt	54	LG Hünxe	09.06.00	Wesel
2:26,65	Schroller, Wolfgang	54	LG Hünxe	13.05.99	Rheydt

1000 m

2:43,2	Grünfelder, Ernst	35	SG Osterfeld	15.07.81	Dülmen
2:47,3	Hesselmann, Horst	53	SV Hamminkeln	19.05.99	Oedt
2:48,05	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	28.05.81	Essen
2:52,5	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	21.09.89	Walsum
2:57,0	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	11.10.70	Dinslaken
2:57,66	Weiß, Manfred	39	Marathon Dinslaken	01.09.85	Essen
2:59,0	Werthmann, Berthold	44	LG Hünxe	21.09.89	Walsum
2:59,9	Pawlak, Günter	32	Marathon Dinslaken	15.07.81	Dülmen
3:02,3	Hesse, Bodo	41	SuS 09 Dinslaken	01.09.90	Oedt
3:04,65	Cerener, Wilhelm	51	LG Hünxe	12.07.98	Gladbeck
3:06,8	Wunderlich, Karl	27	Tbd. Oberhausen	31.05.73	Oberhausen
3:09,3	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	22.07.00	Erkelenz

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

1500 m

4:15,1	Hesselmann, Horst	52	SV Hamminkeln	16.06.99	Oedt
4:16,3	Grünfelder, Ernst	35	SG Osterfeld	14.05.80	Gütersloh
4:18,88	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	25.05.89	Essen
4:21,6	Friese, Klaus	41	LG Hünxe	24.04.87	Walsum
4:22,77	Horvath, Frank	65	LAV Oberhausen	27.06.10	Kaiserslautern
4:22,7	Wodarz, Georg	37	Alemannia Kamp	13.09.86	Gelnhausen
4:23,0	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	21.06.81	Leverkusen
4:26,67	Weiß, Manfred	39	Marathon Dinslaken	22.07.84	Itzehoe
4:31,95	Burr, Ehrenfried	45	SuS 09 Dinslaken	28.05.92	Hilden
4:32,86	Thünen, Rolf	52	SV Hamminkeln	29.05.97	Erkelenz
4:33,10	de Haas, Freddy	69	TuS Xanten	07.07.16	Essen
4:33,20	Gehrmann, Manfred	41	Alemannia Kamp	08.06.86	Ratingen
4:36,10	Hesselmann, Jürgen	65	LG Hünxe	28.05.11	Gladbeck
4:36,7	Pawlak, Günter	32	LG Dinslaken-Walsum	09.06.79	Essen
4:37,97	Schumann, Burkhard	37	Moerser TV	03.07.82	Rheydt
4:44,3	Werthmann, Berthold	44	LG Hünxe	01.05.90	Süchteln
4:47,82	Pallin, Rüdiger	59	LAV Oberhausen	23.05.04	Rheydt
4:52,39	Brockhoff, Berthold	58	LAV Oberhausen	26.05.05	Leverkusen
4:54,2	van Nahmen, Heinrich	50	LG Alpen	04.06.97	Oedt
4:56,10	Gibhardt, Wolfgang	55	LAV Oberhausen	16.07.03	Oedt

3000 m

9:06,80	Hesselmann, Horst	52	SV Hamminkeln	30.06.99	Dortmund
9:13,7	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	10.06.89	Essen
9:22,0	Friese, Klaus	41	LG Hünxe	22.06.86	Bruckhausen
9:35,5	Fernholz, Jürgen	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	06.08.93	Willich
9:38,6	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	27.06.81	Voerde
9:39,74	de Haas, Freddy	69	TuS Xanten	18.08.16	Berg.-Gladbach
9:40,00	Wunderlich, Alfred	51	LG Hünxe	25.08.00	Menden
9:40,0	Venten, Ulrich	47	Spvgg.Sterkrade-Nord	06.08.93	Willich
9:43,2	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	18.05.70	Kleve
9:46,1	Scharf, Günter	36	SV Sonsbeck	08.06.81	Kleve
9:47,1	Sensen, Josef	36	Spvgg.Sterkrade-Nord	01.10.81	Sterkrade
9:48,65	Hesselmann, Jürgen	65	STV Hünxe	26.09.14	Erkelenz
9:49,95	Meier, Herbert	37	TV Asberg	09.05.82	Düsseldorf
9:55,8	Pawlak, Günter	32	Marathon Dinslaken	16.09.81	Walsum
9:58,6	Weiß, Manfred	39	Marathon Dinslaken	28.08.85	Walsum
10:12,2	Liegl, Reinhard	31	LG Hünxe	06.10.70	Orsoy
10:21,96	Brockhoff, Berthold	58	LAV Oberhausen	29.06.05	Oedt
10:22,0	Hahn, Eckhard	36	GW Flüren	12.09.82	Wesel
10:22,5	Hesse, Bodo	41	SuS 09 Dinslaken	08.06.90	Köln
10:24,1	Hendriks, Hans-Jürgen	45	Moerser TV	07.08.93	Uerdingen

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

5000 m

15:37,12	Hesselmann, Horst	52	SV Hamminkeln	25.06.99	Troisdorf
15:43,94	Hoffmann, Wolfgang	51	Spvgg.Sterkrade-Nord	13.06.97	Wesel
15:58,74	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	02.06.89	Köln
16:06,7	Scharf, Günter	36	SV Sonsbeck	20.05.82	Repelen
16:11,5	Wunderlich, Alfred	51	LG Hünxe	17.05.00	Oedt
16:21,95	Hesselmann, Jürgen	65	LG Hünxe	19.05.10	Koblenz
16:24,36	Gehrmann, Manfred	41	Alemannia Kamp	08.06.86	Ratingen
16:25,7	Pawlak, Günter	32	LG Dinslaken-Walsum	17.06.80	Dinslaken
16:30,11	Hesselmann, Rolf	57	LG Hünxe	07.06.02	Wesel
16.30,50	Venten, Ulrich	47	Spvgg.Sterkrade-Nord	16.05.93	Rhede
16:40,4	Thünen, Rolf	52	SV Hamminkeln	04.06.97	Oedt
16:49,11	de Haas, Freddy	69	TuS Xanten	25.08.16	Berg.-Gladbach
16:50,8	Weritz, Günter	35	LG Dinslaken-Walsum	27.08.80	Essen
16:53,66	Sensen, Josef	36	Spvgg.Sterkrade-Nord	20.09.81	Essen
16:56,5	Horvath, Udo	46	LG Hünxe	01.05.94	Köln
16:58,40	Meier, Herbert	37	TV Asberg	24.08.82	Essen
17:06,13	Roßkothen, Jens	70	LC Adler Bottrop	01.04.17	OB-Sterkrade
17:07,6	Danneberg, Robert	42	Alemannia Kamp	10.05.87	Rheydt
17:09,19	Kühn, Dr. Wolfgang	54	Moerser TV	14.06.02	Moers
17:16,27	Herbers, Ulrich	58	Marathon Dinslaken	03.06.05	Wesel

10000 m

32:55,1	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	27.04.91	Oberhausen
33:37,45	Scharf, Günter	36	SV Sonsbeck	25.07.81	Passau
33:39,48	Horvath, Frank	65	LAV Oberhausen	01.05.10	Ohrdruf
33:42,5	Fernholz, Jürgen	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	02.09.95	Oberhausen
33:44,98	Hesselmann, Jürgen	65	LG Hünxe	01.05.10	Ohrdruf
34:05,2	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	27.06.82	Gelsenkirchen
34:06,19	Hesselman, Rolf	57	LG Hünxe	26.04.03	Gummersbach
34:34,4	Burr, Ehrenfried	45	SuS 09 Dinslaken	26.04.92	Oberhausen
34:54,1	Venten, Ulrich	47	Spvgg.Sterkrade-Nord	29.08.92	Oberhausen
35:01,4	Pawlak, Günter	32	Marathon Dinslaken	21.07.81	Coesfeld
35:07,9	Wunderlich, Alfred	51	Spvgg.Sterkrade-Nord	07.08.99	Oberhausen
35:24,60	de Haas, Freddy	69	TuS Xanten	23.04.16	Arnsberg
35:31,65	Meier, Herbert	37	TV Asberg	03.10.82	Essen
35:33,0	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	25.03.95	Oberhausen
35:47,8	Hesselmann, Horst	52	SV Hamminkeln	16.05.97	Grefrath
35:48,7	Thünen, Rolf	52	SV Hamminkeln	16.05.97	Grefrath
36:03,37	Sänger, Jörg	63	Marathon Dinslaken	17.04.10	Menden
36:04,3	Brendemühl, Egbert	38	Marathon Dinslaken	25.40.87	Oberhausen
36:15,2	Bruckschen, Fritz	25	SV Orsoy	30.07.71	Refrath
36:20,1	Friese, Klaus	41	LG Hünxe	13.09.86	Drevenack

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

10 km Straße (ab 2005 Nettozeiten)

33:11	Hoffmann, Wolfgang	51	LG Hünxe	31.05.00	Sonsbeck
33:27	Hesselmann, Horst	52	SV Hamminkeln	28.09.97	Bruckhausen
33:45	Hesselmann, Jürgen	65	LG Hünxe	29.08.10	Hamminkeln
33:47	Hesselmann, Rolf	57	LG Hünxe	11.09.05	Otterndorf
34:13	Schmeinck, Andreas	61	DJK Lowick	03.05.08	Bocholt
34:13	Horvath, Frank	65	LAV Oberhausen	20.03.10	Waldniel
34:23	Scharf, Günter	36	SV Sonsbeck	17.04.82	Kerpen
34:29	Dohle, Georg	60	DJK Lowick	06.05.06	Bocholt
34:50	de Haas, Freddy	69	TuS Xanten	06.03.16	Leverkusen
35:04	Wunderlich, Alfred	51	Spvgg.Sterkrade-Nord	16.09.00	Wegberg
35:08	Kamps, Werner	64	SV Hamminkeln	02.10.10	Wesel
35:10	Meier, Herbert	37	TV Asberg	17.04.82	Kerpen
35:11	Fernholz, Jürgen	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	29.09.96	Bruckhausen
35:29	Cerener, Wilhelm	51	LG Hünxe	28.09.97	Bruckhausen
35:32	Sänger.Jörg	63	Marathon Dinslaken	24.03.12	Wickede
35:58	Herbers, Ulrich	58	Marathon Dinslaken	01.07.05	Drevenack
35:56	Straßburg, Jürgen	62	LG Hünxe	22.03.09	Dinslaken
35:56	Brauckmann, Jürgen	66	AS Neukirchen-Vluyn	18.02.12	M´-Gladbach
35:59	Hallerbach, Thomas	61	Marathon Dinslaken	04.03.07	Leverkusen
36:06	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	28.03.70	Paderborn

10 Km - Straße, Mannschaften (ab 2005 Nettozeiten)

1:48:35	Spvgg.Sterkrade-Nord			18.09.99	Ratingen
	Wunderlich, Alfred	51	35:40		
	Venten, Ulrich	47	36:15		
	Fernholz, Jürgen	48	36:40		
1:54:49	LAV Oberhausen			15.09.01	Dorsten
	Anuschewski, Frank	62	36:58		
	Gibhardt, Wolfgang	55	38:22		
	Dickmann, Roland	41	39:29		
1:55:54	LAV Oberhausen			28.09.03	Bruckhausen
	Fernholz, Jürgen	48	35:34		
	Venten, Ulrich	47	39:33		
	Gibhardt, Wolfgang	55	40:47		
1:56:55	LG Alpen			07.05.97	Sonsbeck
	van Nahmen, Heinrich	50	36:47		
	Buhl, Jürgen	51	40:01		
	Stammen, Norbert	49	40:07		
1:57:26	Adler Bottrop			29.09.96	Bruckhausen
	Kübler, Wolfgang	49	38:02		
	Kaufmann, Josef	36	39:33		
	Thelen, Dieter	46	39:51		
1:58:46	Adler Bottrop			28.09.97	Bruckhausen
	Thelen, Dieter	46	39:30		
	Hüsken, Norbert	52	39:32		
	Spieckermann, Erich	47	39:44		
1:59:30	LAV Oberhausen			26.08.07	Hamminkeln
	Jordan, Rainer	58	39:27		
	Gibhardt, Wolfgang	55	39:28		
	Venten, Ulrich	47	40:35		
2:00:40	LG Hünxe			26.08.07	Hamminkeln
	Franz, Manfred	58	38:41		
	Tohermes, Dr. Kurt	55	39:41		
	Iserloh, Dirk	60	42:18		
2:01:22	LG Alpen			26.09.99	Bruckhausen
	van Nahmen, Heinrich	50	38:12		
	Thelen, Hermann	37	39:54		
	Buhl, Jürgen	51	43:16		
2:03:43	LG Alpen			23.05.01	Sonsbeck
	van Nahmen, Heinrich	50	38:05		
	Ullenboom, Bernhard	54	42:31		
	Stammen, Norbert	49	43:07		

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

15 km Straße (ab 2005 Nettozeiten)

51:26	Gehrmann, Manfred	41	TuS Xanten	20.04.86	Bruckhausen
52:26	Pawlak, Günter	32	LG Dinslaken-Walsum	24.05.80	Orsoy
52:32	Hoffmann, Wolfgang	51	LG Hünxe	09.04.00	Bruckhausen
52:36	Meier, Herbert	37	TV Asberg	20.02.82	M`Gladbach
52:44	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	06.06.81	Orsoy
52:50	Fernholz, Jürgen	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	23.04.95	Bruckhausen
52:56	Schmeinck, Andreas	61	DJK Lowick	10.02.08	Bertlich
52:58	Thelen, Hermann	37	LG Alpen	19.03.83	Nettetal
53:25	Hesselmann, Horst	52	SV Hamminkeln	25.04.99	Bruckhausen
53:27	Brendemühl, Erich	38	TV Jahn Hiesfeld	09.06.84	Orsoy
53:40	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	17.04.94	Bruckhausen
53:42	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	15.03.70	Oidtweiler
54:00	Winkler, Hans-Georg	37	Moerser TV	21.05.83	Orsoy
54:13	Dickmann, Roland	41	Spvgg.Sterkrade-Nord	31.03.90	Essen
54:32	Danneberg, Robert	42	SV Sonsbeck	05.04.87	Bruckhausen
54:40	Geerlings, Felix	1897	SuS 09 Dinslaken43
54:48	Scharf, Günter	36	SV Sonsbeck	21.05.85	Orsoy
55:02	Bruss, Jürgen	53	TuS Xanten	02.03.02	Duisburg
55:07	Heidtmann, Hermann	34	SuS 09 Dinslaken	24.04.83	Bruckhausen
55:13	Winkler, Hans-Georg	37	Moerser TV	16.03.85	Nettetal

15 km Straße Mannschaft (ab 2005 Nettozeiten)

3:00:31	LAV Oberhausen			04.04.04	Bruckhausen
	Fernholz, Jürgen	48	56:44		
	Pallin, Rüdiger	59	1:01:18		
	Stöckert, Uwe	58	1:02:29		
3:12:07	Spvgg.Sterkrade-Nord			27.04.97	Bruckhausen
	Dickmann, Roland	41	59:29		
	Tiedens, Uwe	49	1:06:14		
	Fernholz, Jürgen	48	1:06:24		
3:14:44	Moerser TV			09.04.00	Bruckhausen
	Kühn, Dr. Wolfgang	54	58:25		
	Wessiepe, Jürgen	40	1:03:29		
	Gabriel, Georg	21	1:12:50		
3:17:16	GW Flüren			03.04.05	Bruckhausen
	Heyden, Wolfgang	51	58:44		
	Wiedener, Hans-Jürgen	59	1:07:14		
	Hampfen, Gregor	51	1:11:18		
3:18:11	Adler Bottrop			07.09.97	Bertlich
	Liebert, Jürgen	43	1:03:18		
	Kuckhermann, Friedrich	45	1:04:27		
	Lichtenberg, Willi	50	1:10:26		
3:22:04	Adler Bottrop			26.04.98	Bruckhausen
	Bistrich, Hans-Jürgen	42	1:06:20		
	Speich, Klaus	50	1:06:56		
	Diessner, Rudolf	32	1:08:48		
3:22:39	DJK Adler Bottrop			06.04.03	Bruckhausen
	Soboll, Theo	36	1:07:03		
	Steinle, Günter	44	1:07:04		
	Westerhof, Willi	56	1:08:32		
3:25:16	Adler Bottrop			25.04.99	Bruckhausen
	Lorse, Udo	54	1:06:28		
	Knura, Norbert	44	1:08:58		
	Bistrich, Hans-Jürgen	42	1:09:50		
3:25:29	LG Hünxe			04.04.04	Bruckhausen
	Schulz, Harry	59	1:07:13		
	Prella, Hans	43	1:07:16		
	Finke, Helmut	33	1:11:10		
3:29:42	GW Flüren			07.04.02	Bruckhausen
	Schlegel, Hans-Joachim	55	1:07:55		
	Pannen, Werner	36	1:09:36		
	Hampfen-Hochstrat, Norbert	56	1:12:15		

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

Halbmarathon (21,0975 Km) (ab 2005 Nettozeiten)

1:15:08	Hesselmann, Rolf	57	LG Hünxe	23.05.04	Voerde
1:15:10	Schmeinel, Andreas	61	DJK Lowick	01.06.08	Duisburg
1:15:16	Fernholz, Jürgen	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	20.05.95	Sterkrade
1:16:11	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	28.05.94	Sterkrade
1:18:02	Savilif, Rüdiger	50	LG Alpen	02.03.96	Waldniel
1:18:22	Horvath, Frank	65	LAV Oberhausen	27.03.11	Mülheim/Mosel
1:18:41	Geis, Ernst	48	LG Alpen	30.10.93	Nettetal
1:18:28	Kamps, Werner	64	SV Hamminkeln	01.05.10	Duisburg
1:18:43	Herbers, Ulrich	58	Marathon Dinslaken	06.04.05	Duisburg
1:18:45	Zumklei, Rudolf	48	TV Wesel	06.11.94	Bottrop
1:18:58	de Haas, Freddy	69	TuS Xanten	25.03.17	Duisburg
1:19:27	Heidtmann, Hermann	34	SuS 09 Dinslaken	01.05.83	Flüren
1:19:28	Straetling, Benedikt	68	Langlauf Bottrop	01.05.13	Flüren
1:19:43	Straßburg, Jürgen	62	LG Hünxe	28.03.09	Duisburg
1:19:46	Diekmann, Bernd	72	Lauffreunde HADI Wesel	01.05.17	Flüren
1:20:29	Ott, Jürgen	47	Marathon Dinslaken	01.05.93	Flüren
1:20:33	Hallerbach, Thomas	61	Marathon Dinslaken	30.04.06	Duisburg
1:20:36	Sänger, Jörg	63	Marathon Dinslaken	30.05.10	Voerde
1:20:43	Cerener, Wilhelm	51	LG Hünxe	21.09.97	Schermbeck
1:21:26	Kühn, Dr. Wolfgang	54	Moerser TV	31.03.01	Duisburg

Halbmarathon, Mannschaften (ab 2005 Nettozeiten)

4:09:11	Spvgg.Sterkrade-Nord			01.05.96	Flüren
	Venten, Ulrich	47	1:21:10		
	Dickmann, Roland	41	1:24:00		
	Fernholz, Jürgen	48	1:24:01		
4:11:00	DJK Adler Bottrop			05.11.95	Bottrop
	Thelen, Dieter	46	1:22:58		
	Bartels, Werner	40	1:23:38		
	Soboll, Theo	36	1:24:24		
4:12:18	DJK Adler Bottrop			01.05.93	Flüren
	Thelen, Dieter	46	1:22:27		
	Soboll, Theo	36	1:24:40		
	Spieckermann, Erich	47	1:25:11		
4:18:04	Marathon Dinslaken			01.05.98	Flüren
	Podworni, Reiner	49	1:24:09		
	Ott, Jürgen	47	1:24:40		
	Brose, Karl	52	1:29:15		
4:23:12	Marathon Dinslaken			01.05.03	Flüren
	Herbers, Ulrich	58	1:24:52		
	Feldkamp, Manfred	58	1:28:32		
	Podworni, Reiner	49	1:29:48		
4:24:19	DJK Adler Bottrop			05.11.95	Bottrop
	Spieckermann, Erich	47	1:24:52		
	Kuckhermann, Friedrich	45	1:27:58		
	Knura, Norbert	44	1:31:29		
4:20:29	GW Flüren			01.05.93	Flüren
	Henschel, Hans	44	1:23:56		
	Marcour, Wilfried	41	1:25:46		
	Pannen, Werner	36	1:30:47		
4:26:06	DJK Adler Bottrop			01.05.96	Flüren
	Soboll, Theo	36	1:28:14		
	Kuckhermann, Friedrich	45	1:28:54		
	Spieckermann, Erich	47	1:28:58		
4:27:00	Adler Bottrop			20.02.94	Bertlich
	Kuckhermann, Friedrich	45	1:25:38		
	Liebert, Jürgen	43	1:29:07		
	Henrici, Helmut	43	1:32:15		
4:29:37	LG Alpen			01.05.98	Flüren
	Thelen, Hermann	37	1:24:54		
	Buhl, Jürgen	51	1:30:48		
	Stammen, Norbert	49	1:33:55		

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

25 km Straße (ab 2005 Nettozeiten)

1:28:39	Weritz, Günter	35	LG Dinslaken-Walsum	02.11.80	Bottrop
1:28:53	Kaufmann, Josef	36	Adler Bottrop	20.03.82	Essen
1:29:18	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	03.05.70	M`Gladbach
1:30:04	Winkler, Hans-Georg	37	Moerser TV	08.05.82	M`Gladbach
1:30:14	Thelen, Hermann	37	LG Alpen	03.09.83	Dülmen
1:30:30	Kalberg, Manfred	39	DJK Lowick	31.05.86	Sterkrade
1:30:41	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	17.05.92	Hünxe
1:31:50	Hahn, Eckhard	36	GW Flüren	06.03.82	Hamm
1:32:03	Meier, Herbert	37	TV Asberg	06.03.82	Hamm
1:32:33	Venten, Ulrich	47	Spvgg.Sterkrade-Nord	17.05.92	Hünxe
1:33:41	Burr, Ehrenfried	45	SuS 09 Dinslaken	17.05.92	Hünxe
1:34:49,4	Bruckschen, Fritz	25	LG Kamp - Lintfort	12.06.71	Rheurdt
1:35:09	Pawlak, Günter	32	Marathon Dinslaken	05.04.80	Paderborn
1:35:09,7	Häusler, Siegfried	34	Adler Bottrop	04.10.80	Münster
1:35:31	Hoffmann, Alfred	35	Adler Bottrop	02.11.80	Bottrop
1:35:44	Wilms, Dieter	39	VfL Bergheide	03.11.85	Bottrop
1:35:45	Thelen, Hermann	37	SV Menzelen	20.03.82	Essen
1:35:56	Prella, Hans	43	SuS 09 Dinslaken	06.11.88	Bottrop
1:36:02	Dickmann, Roland	41	Spvgg.Sterkrade-Nord	05.11.89	Bottrop
1:36:07	Willems, Udo	39	Spvgg.Sterkrade-Nord	31.05.86	Sterkrade

25 km Straße Mannschaften (ab 2005 Nettozeiten)

4:47:22	SuS 09 Dinslaken			17.05.92	Hünxe
	Ingenleuf, Hartmut	44	1:30:41		
	Burr, Ehrenfried	45	1:33:41		
	Hesse, Bodo	42	1:43:00		
4:52:49	Adler Bottrop			25.05.91	Sterkrade
	Thelen, Dieter	46	1:36:39		
	Steinle, Günter	44	1:37:28		
	Purnell, Mike	41	1:38:42		
4:56:24	DJK Lowick			02.09.89	Dülmen
	Kalberg, Manfred	39	1:34:48		
	Pollakowski, Martin	44	1:39:27		
	Bucher, Rudi	40	1:42:07		
5:02:26	LG Dinslaken-Walsum			02.11.80	Bottrop
	Weritz, Günter	35	1:28:39		
	Pawlak, Günter	32	1:43:09		
	Hilgenpahl, Horst	33	1:51:38		
5:07:51	Marathon Dinslaken			30.05.87	Sterkrade
	Stach, Udo	41	1:41:50		
	Pawlak, Günter	32	1:42:43		
	Spelleken, Walter	36	1:43:18		
5:10:58	Adler Bottrop			08.11.87	Bottrop
	Soboll, Theo	36	1:42:50		
	Diessner, Rudolf	32	1:42:57		
	Krekler, Siegfried	39	1:45:11		
5:11:06	Adler Bottrop			25.05.91	Sterkrade
	Knura, Norbert	44	1:41:34		
	Diessner, Rudolf	32	1:44:38		
	Bistrich, Hans-Jürgen	42	1:44:54		
5:14:52	Adler Bottrop			30.05.87	Sterkrade
	Westerwinter, Theo	42	1:42:37		
	Bistrich, Hans-Günter	42	1:45:20		
	Smeets, Heinz	34	1:46:55		
5:15:51	Adler Bottrop			08.11.92	Bottrop
	Speckermann, Erich	47	1:43:57		
	Knura, Norbert	44	1:44:41		
	Diessner, Rudolf	32	1:47:13		
5:18:07	Spvgg.Sterkrade-Nord			08.11.92	Bottrop
	van de Fliert, Viktor	44	1:43:05		
	Marquardt, Friedel	45	1:46:49		
	Thyssen, Lothar	46	1:48:13		

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

Marathonlauf (ab 2005 Nettozeiten)

2:36:29	Hesselmann, Rolf	57	LG Hünxe	29.09.02	Berlin
2:37:28	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	20.10.84	Essen
2:37:36	Fernholz, Jürgen	48	Spvgg.Sterkrade-Nord	24.10.93	Essen
2:41:26	Meier, Herbert	37	TV Asberg	15.05.83	Frankfurt
2:42:28	Kaufmann, Josef	36	Adler Bottrop	23.10.82	Essen
2:42:47	Schmeiack, Andreas	61	DJK Lowick	14.09.08	Münster
2:43:16	Hahn, Eckhard	36	GW Flüren	14.03.81	Flüren
2:43:23	Kalberg, Manfred	39	DJK Lowick	13.05.84	Frankfurt
2:43:57	Winkler, Hans-Georg	37	Moerser TV	05.04.82	Utrecht/NL
2:44:35	Kübler, Wolfgang	49	Adler Bottrop	23.10.94	Essen
2:44:37	Jost, Paul	25	SuS 09 Dinslaken	25.04.70	Werth
2:45:12	Savilif, Rüdiger	50	LG Alpen	22.10.95	Essen
2:46:12	Strätling, Benedikt	68	Langlauf Bottrop	06.01.13	Kevelaer
2:46:41	Marquardt, Friedel	45	Spvgg.Sterkrade-Nord	20.05.90	Hamburg
2:46:54	Dohle, Georg	60	DJK Lowick	28.09.08	Berlin
2:47:09	Zumklei, Rudolf	48	TV Wesel	18.04.93	Hannover
2:47:17	Steinle, Günter	44	Adler Bottrop	26.08.89	Duisburg
2:47:59	Diekmann, Bernd	972	Lauffreunde HADI Wesel	23.04.17	Hamburg
2:49:06	Strassburg, Jürgen	62	LG Hünxe	28.09.08	Berlin
2:49:22	Kühn, Dr. Wolfgang	54	Moerser TV	13.10.02	Essen

Marathon Mannschaft (ab 2005 Nettozeiten)

8:38:15	Spvgg.Sterkrade-Nord			29.05.94	Hannover
	Fernholz, Jürgen	48	2:40:02		
	Lietz, Franz-Josef	49	2:52:40		
	Marquardt, Friedel	45	3:05:33		
8:49:21	Adler Bottrop			18.04.93	Hannover
	Kaufmann, Josef	36	2:51:42		
	Thelen, Dieter	46	2:56:35		
	Soboll, Theo	36	3:01:04		
8:54:23	Adler Bottrop			30.04.95	Hamburg
	Kübler, Wolfgang	49	2:50:15		
	Thelen, Dieter	46	2:57:49		
	Steinle, Günter	44	3:06:19		
9:04:20	DJK Lowick			29.09.91	Berlin
	Kalberg, Manfred	39	2:56:15		
	Bucher, Rudolf	40	3:00:59		
	Frisch, Volker	45	3:07:06		
9:07:10	Adler Bottrop			10.06.89	Berlin
	Soboll, Theo	36	2:59:02		
	Diessner, Rudolf	32	3:03:32		
	Liebert, Jürgen	43	3:04:36		
9:08:59	Adler Bottrop			24.05.98	Duisburg
	Stiller, Richard	53	2:57:10		
	Thelen, Dieter	46	3:02:36		
	Steinle, Günter	44	3:09:13		
9:11:28	Adler Bottrop			24.10.93	Essen
	Kuckhermann, Friedrich	45	3:01:31		
	Purnell, Michael	41	3:04:53		
	Spieckermann, Erich	47	3:05:04		
9:25:13	Moerser TV			30.04.00	Duisburg
	Kühn, Dr. Wolfgang	54	2:58:18		
	Greppler, Horst	53	3:03:06		
	Wessiepe, Hans-Jürgen	40	3:23:49		
9:30:15	Marathon Dinslaken			24.05.98	Duisburg
	Brendemühl, Egbert	38	3:05:16		
	Ott, Jürgen	47	3:07:12		
	Brose, Karl	52	3:17:47		
9:34:19	Adler Bottrop			22.09.96	Duisburg
	Spieckermann, Erich	49	3:08:17		
	Kuckhermann, Friedrich	45	3:12:53		
	Schal, Manfred	46	3:13:09		

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

Stundenlauf auf der Bahn

17.265	Brendemühl, Egbert	38	TV Jahn Hiesfeld	27.10.84	Dinslaken
17.042	Weritz, Günter	35	Marathon Dinslaken	17.06.82	Mülheim
16.822	Ingenleuf, Hartmut	44	SuS 09 Dinslaken	20.10.90	Dinslaken
16.445	Pawlak, Günter	32	Marathon Dinslaken	23.05.81	Coesfeld
16.348	Winkler, Hans-Georg	37	Moerser TV	26.10.85	Dinslaken
16.211	Thelen, Hermann	37	LG Alpen	29.10.83	Dinslaken
16.190	Scharf, Günter	36	SV Sonsbeck	12.04.82	Menzelen
15.925	Heidtmann, Hermann	34	SuS 09 Dinslaken	30.10.82	Dinslaken
15.857	Liegl, Reinhard	31	TV Bruckhausen	28.10.78	Dinslaken
15.810	Hoffmann, Alfred	35	Adler Bottrop	07.04.80	Menzelen

20 km Straße

1:34:15	Cyssarz, Wolfgang	26	FCC Rheinkamp-Gerdt	15.09.74	Gretesch
---------	-------------------	----	---------------------	----------	----------

30 km - Straße

2:08:42	Fröhlich, Willi	10	DJK Xanten	57	Bonn
---------	-----------------	----	------------	----	------

100 km

8:14:04	Danel, Günter	42	LAC Oberhausen	31.10.87	Rodenbach
8:36:11	Stiller, Richard	53	Adler Bottrop	10.04.99	Troisdorf
8:45:50	Riedel, Roland	63	Langlauf Bottrop	06.10.12	Hanau
8:51:54	Bucher, Rudi	40	DJK Lowick	31.10.87	Rodenbach
9:14:29	Liebert, Jürgen	43	Adler Bottrop	20.04.91	Rodenbach
9:22:47	Hüsken, Norbert	52	Adler Bottrop	12.04.97	Rodenbach
10:33:10	Hartmann, Ulf	52	Moerser TV	13.06.98	Biel/CH
10:34:39	Schneiders, Ralf	67	Lauffreunde HADI Wesel	20.08.16	Leipzig

100 km Mannschaft

26:26:54	Adler Bottrop			12.04.97	Rodenbach
	Kaufmann, Josef	35	8:18:36		
	Liebert, Jürgen	43	8:45:31		
	Hüsken, Norbert	52	9:22:47		

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

110 m Hürden

15,89 * Ritte, Wolfgang 53 VfL Repelen 16.09.98 Cesenatico/ITA

3000 m Hindernis

10:12,17 Hesselmann, Horst 52 SV Hamminkeln 19.09.98 Cesenatico/ITA
10:18,27 Hesselmann, Rolf 57 LG Hünxe 25.08.02 Potsdam
11:00,17 Roßkothen, Jens 1970 LC Adler Bottrop 24.06.15 Hilden

4 x 75 m Staffel

40,0 TV Isselburg 18.09.71 Flüren
Dischek, Willi 23
Tenbruck, Theodor 21
Kühn, Karl-Heinz 21
Zimmermann, Franz
40,5 Tbd. Oberhausen 13.06.74 Oberhausen
Genath, Siegfried 18
Basler, Herbert 23
Mückshoff, Lothar 27
Jansen, Edmund 22
40,5 LG Hünxe 30.06.01 Bruckhausen
Remke, Jürgen 48
Kellendonk, Reiner 57
Gressel, Paul-Gerhard 55
Kluttig, Alfred 37
41,1 LG Hünxe 14.06.81 Bruckhausen
Isselhorst, Willi 19
Moser, Josef 28
Wendland, Friedrich 28
Thomaskamp, Hans-Ludger 34

4 x 100 m Staffel

48,9 LG Hünxe 06.05.95 Leverkusen
Hüttermann, Dieter 49
Unterloh, Friedhelm 49
Remke, Jürgen 48
Buhl, Peter 43
49,1 Alemannia Kamp 16.05.85 Düsseldorf
Schubert, Gerhard 36
Wodarz, Hans-Georg 37
Hähnel, Udo 40
Zimmer, Hans 40
52,2 LG Hünxe 06.06.03 Wesel
Sura, Hans - Jürgen 49
Unterloh, Friedhelm 49
Remke, Jürgen 48
Tohermes, Dr. Kurt 55

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

100 m

elektronische Zeitnahme

47,83	LG Hünxe		12.05.94	Moers
	Hüttermann, Dieter	49		
	Unterloh, Friedhelm	49		
	Remke, Jürgen	48		
	Schwartz, Bertram	49		
49,40	LG Hünxe		14.06.95	Wesel
	Hüttermann, Dieter	49		
	Unterloh, Friedhelm	49		
	Remke, Jürgen	48		
	Schwartz, Bertram	49		
49,62	LG Hünxe		12.05.01	Leverkusen
	Wachsmann, Günter	55		
	Unterloh, Friedhelm	49		
	Sura, Hans-Jürgen	49		
	Remke, Jürgen	48		
51,29	LG Hünxe		07.06.02	Wesel
	Sura, Hans-Jürgen	49		
	Unterloh, Friedhelm	49		
	Kellendonk, Reiner	57		
	Hülsewede, Ingo	41		
51,68	TEAM Niederrhein		14.05.95	Wesel
	Balitzki, Helmut	47		
	Sura, Jürgen	49		
	Hücklekemkes, Johannes	49		
	Schubert, Gerhard	39		
54,51	TEAM Niederrhein		10.06.06	Bottrop
	Wiederstein, Gottfried	57		
	Davids, Michael	61		
	Caspers, Martin	59		
	Müllmann, Christoph	60		
4 x 400 m				
3:56,9	LG Hünxe		29.05.96	Oedt
	Hüttermann, Dieter	49		
	Unterloh, Friedhelm	49		
	Remke, Jürgen	48		
	Schwartz, Bertram	49		
3 x 1000 m				
8:31,91	LG Hünxe		19.08.00	Kevelaer
	Wunderlich, Alfred	51		
	Hesselmann, Horst	52		
	Hoffmann, Wolfgang	51		
4 x 1500 m				
19:57,4	LG Hünxe		04.05.91	Oberhausen
	Friese, Klaus	41		
	Werthmann, Berthold	44		
	Horvath, Udo	46		
	Dera, Alfred	37		

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

Hochsprung

1,71	Gruhn, Peter	72	Weseler TV	16.09.17	Wesel
1,70	Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	23.08.98	Rheurd
1,63	Oberließen, Martin	68	LAZ Rhede	14.07.13	Rheydt
1,60	Zimmer, Hans	40	Alemannia Kamp	02.06.85	Essen
1,60	Wachsmann, Günter	55	LG Hünxe	09.09.00	Gütersloh
1,56	Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	26.09.64	Bottrop
1,56	Schoppman, Hans	36	Alemannia Kamp	21.08.81	Kamp
1,55	Lochter, Georg	21	TV Bruckhausen	13.09.70	Hünxe
1,55	Jaskolla, Hans	26	PSV Bottrop	04.10.71	Bottrop
1,55	Diederichs, Gerhard	36	Moerser TV	28.05.81	Düren
1,55	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	22.05.93	Kevelaer
1,55	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	12.05.94	Moers
1,54	Rütjes, Theo	44	LG Hünxe	24.05.90	Gelsenkirchen
1,52	Gressel, Paul-Gerhard	54	LG Hünxe	01.05.01	Köln
1,50	Proft, Hilbert	40	SV Brünen	12.05.85	Wesel
1,46	Voegelin, Rudolf	05	TB Bottrop	30.07.50	Bottrop
1,45	Bongardt, Rütger	35	Moerser TV	17.06.80	Dinslaken
1,45	Hähnel, Udo	40	Alemannia Kamp	16.05.85	Düsseldorf
1,45	Kaldewey, Fritz	48	LG Hünxe	01.05.93	Köln
1,44	Radau, Antonius	53	SV Orsoy	19.06.98	Wesel
1,44	Kellendonk, Reiner	57	LG Hünxe	01.05.02	Köln
1,44	Ruhrmann, Ralf	62	DJK Tackenberg	06.06.09	Düsseldorf
1,44	Blosen, Udo	68	DJK Tackenberg	29.06.14	Sterkrade

Stabhochsprung

4,82	Achtelik, Alfred	60	LAZ Rhede	16.05.05	Wesel
4,80	Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	30.08.98	Moers
3,20	Gruhlke, Heinz	53	SuS 09 Dinslaken	16.06.99	Moers
3,02	de Haan, Willi	49	LAC Oberhausen	19.09.94	Oberhausen
2,61	Dethmers, Reinhard	10	Moerser TV	11.05.58	Krefeld

Weitsprung

*6,39	Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	10.07.98	Konstanz
5,83	Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	16.07.63	Essen
5,79	Zimmer, Hans	40	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
5,73	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	12.04.94	Süchteln
5,72	Basler, Herbert	23	Tbd. Oberhausen	24.08.71	Mülheim
5,71	Wachsmann, Günter	55	LG Hünxe	09.09.00	Gütersloh
5,69	Diederichs, Gerhard	36	Moerser TV	05.07.81	Hamm
5,65	Mühle, Fritz	17	TuS Lintfort	65	
5,62	Proft, Hilbert	40	SV Brünen	06.06.85	Königswinter
5,55	Kron, Willi	19	Tbd. Oberhausen	06.06.64	Oberhausen
5,53	Hüttermann, Dieter	49	LG Hünxe	14.06.95	Wesel
5,50	Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
5,47	Sura, Hans-Jürgen	49	Alemannia Kamp	21.05.94	Leverkusen
5,46	Jaskolla, Hans	26	PSV Bottrop	11.10.75	Bottrop
5,44	Basner, Fritz	29	GA Möllen	03.05.75	Dinslaken
5,44	Matenaers, Johannes	33	SV Sonsbeck	10.06.78	Bruckhausen
5,41	Wodarz, Hans-Georg	37	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
5,40	Remke, Jürgen	48	LG Hünxe	22.05.93	Kevelaer
5,39	Schaak, Allan	10	RW Oberhausen	09.10.55	Oberhausen
5,38	Hameister, Manfred	48	Alemannia Kamp	21.08.93	Kamp

Dreisprung

11,44	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	12.06.94	Süchteln
8,91	de Haan, Willi	49	LAC Oberhausen	17.09.97	Oberhausen

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

Kugelstoß 7,26 kg

15,01	Forster, Wolfgang	38	SG Osterfeld	04.06.83	Oberhausen
14,65	Gülich, Heinz	34	Alemannia Kamp	30.05.81	Kamp
13,42	Nolte, Günter	36	Alemannia Kamp	08.05.83	Repelen
13,16	Rahn Günter	34	Adler Bottrop	17.06.80	Dinslaken
12,59	Kuhlmann, Adolf	37	SuS 09 Dinslaken	03.07.82	Rheydt
12,54	Jaskolla, Hans	26	PSV Bottrop	18.09.71	Bottrop
12,50	Kuhlmann, Markus	72	SuS 09 Dinslaken	20.05.17	Rhede
12,39	Balitzki, Helmut	47	TEAM Niederrhein	25.05.95	Kevelaer
12,29	Schroers, Thomas	67	Moerser Sportclub	25.03.17	Nieukerk
12,11	Schramme, Claus	44	SuS 09 Dinslaken	15.05.89	Kamp
12,04	Spickermann, Heino	57	LG Hünxe	06.06.03	Wesel
12,00	Möller, Franz	25	Tbd. Oberhausen	28.08.71	Düsseldorf
11,71	Gruhlke, Heinz	53	SuS 09 Dinslaken	25.08.99	Dinslaken
11,64	Ritte, Wolfgang	53	VfL Repelen	23.08.98	Rheydt
11,58	Kron, Willi	20	Tbd. Oberhausen	25.08.68	Oberhausen
11,58	Kaufmann, Hartmut	38	SG Osterfeld	17.09.83	Kamp
11,58	Schoppmann, Hans	36	Alemannia Kamp	10.08.84	Kamp
11,56	Oppers, André	68	TEAM Niederrhein	30.05.13	Kevelaer
11,49	Quednau, Willi	18	Tbd. Oberhausen	26.05.63	Oberhausen
11,40	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	01.05.96	Köln

Diskuswurf 2,00 kg

43,38	Gülich, Heinz	34	Alemannia Kamp	03.10.79	Xanten
40,68	Schramme, Claus	44	SuS 09 Dinslaken	27.05.89	Rhede
39,04	Rahn, Günter	34	Adler Bottrop	30.09.79	Düsseldorf
38,86	Schoppmann, Hans	36	Alemannia Kamp	10.08.84	Kamp
38,34	Kuhlmann, Adolf	37	SuS 09 Dinslaken	22.09.85	Dinslaken
38,31	Konik, Bernhard	31	VfL Repelen	25.06.77	Dinslaken
37,71	Kuhlmann, Markus	72	SuS 09 Dinslaken	05.03.17	Erfurt
36,48	Caninenberg, Ernst	44	TV Isselburg	19.09.92	Dinslaken
36,44	Forster, Wolfgang	38	SG Osterfeld	16.10.83	Oberhausen
36,34	Balitzki, Helmut	47	Alemannia Kamp.	17.04.93	Wachtendonk
35,86	Nolte, Günter	36	Alemannia Kamp	19.05.83	Kamp
35,00	Kaufmann, Hartmut	38	SG Osterfeld	17.09.83	Essen
34,91	Jaskolla, Hans	26	PSV Bottrop	18.09.71	Bottrop
34,88	Schubert, Gerd	39	Alemannia Kamp	28.04.91	Kamp
33,72	Kron, Willi	20	Tbd. Oberhausen	16.10.66	Oberhausen
33,64	Heckers, Josef	21	TV Phönix Bocholt	29.05.66	Bocholt
33,15	Schroers, Thomas	67	Moerser Sportclub	25.03.17	Nieukerk
33,12	Schroers, Willi	39	Alemannia Kamp	06.05.84	Kamp
33,06	Hähnel, Udo	40	Alemannia Kamp	10.03.85	Dinslaken
32,24	Oppers, André	68	TEAM Niederrhein	01.09.13	Bottrop

Hammerwurf 7,26 kg

45,80	Balany, Paul	11	RW Oberhausen	29.07.56	Oberhausen
44,05	Halama, Franz	07	RW Oberhausen	29.07.56	Oberhausen
37,44	Gülich, Heinz	34	Alemannia Kamp	25.07.81	Passau
37,08	Stolz, Günter	36	SG Osterfeld	13.10.84	Oberhausen
35,73	Tschersich, Paul	20	RW Oberhausen	28.09.68	Oberhausen
35,07	Kuhlmann, Markus	72	SuS 09 Dinslaken	04.03.17	Erfurt
27,18	Kaufmann, Hartmut	38	SG Osterfeld	16.10.83	Oberhausen
23,46	Unterloh, Friedhelm	49	LG Hünxe	26.10.98	Hünxe
23,22	Forster, Wolfgang	38	SG Osterfeld	16.10.83	Oberhausen
22,94	Kuhlmann, Adolf	37	SuS 09 Dinslaken	27.09.86	Dinslaken

Ewige Bestenliste

Männer M45

Kreis Rhein-Lippe

Hammerwurf 7,26 kg

Fortsetzung

20,64	Depner, Horst	37	SuS 09 Dinslaken	27.09.86	Dinslaken
18,95	Jantz, Dieter	61	TV Wesel	28.03.09	Wesel
17,65	Hüttermann, Dieter	49	LG Hünxe	26.10.98	Hünxe
16,86	Messerschmidt, Rolf	65	TV Wesel	17.04.10	Wesel
16,28	Lohrengel, Volker	54	LAC Oberhausen	04.09.99	Oberhausen
15,65	Messerschmidt, Rolf	65	TV Wesel	03.04.11	Wesel
14,70	de Haan, Willi	49	LAC Oberhausen	16.09.95	Oberhausen

Speerwerfen 800 Gr. (bis 31.3.1986 , dann Schwerpunktverlagerung)

47,78	Schoppmann, Hans	36	Alemannia Kamp	17.03.84	Wachtendonk
46,40	Forster, Wolfgang	38	SG Osterfeld	16.10.83	Oberhausen
44,74	Voegelin, Rudolf	05	TB Bottrop	30.07.50	Bottrop
44,58	Gülich, Heinz	34	Alemannia Kamp	15.07.79	Lübeck
42,52	Zimmer, Hans	40	Alemannia Kamp	03.08.85	Kamp
40,10	Schubert, Gerd	39	Alemannia Kamp	23.03.85	Wesel
36,96	Kaufmann, Hartmut	38	SG Ostrerfeld	16.10.83	Oberhausen
36,26	Hähnel, Udo	39	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
35,42	Tosta, Helmut	36	SuS 09 Dinslaken	14.03.82	Dinslaken
32,34	Helmerichs, Egon	25	LG Kreis Moers	23.06.73	Kamp

Speerwerfen 800 Gr. (ab 1.4.1986, neuer Speer) (Schwerpunktverlagerung)

53,64	Balitzki, Helmut	47	Alemannia Kamp	10.06.93	Wipperfürth
44,68	Beier, Gerhard	45	Alemannia Kamp	11.03.90	Dinslaken
39,54	in der Beek, Jürgen	43	Spvgg.Sterkrade-Nord	17.04.89	Oberhausen
39,38	Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	10.09.88	Dinslaken
37,71	Maier-Ebbers, Willi	54	Spvgg.Sterkrade-Nord	25.09.99	Oberhausen
36,08	Proft, Hilbert	40	TV Wesel	05.09.87	Flüren
35,94	Beran, Christian	60	Moerser TV	14.05.06	Bottrop
35,76	de Haan, Willi	49	LAC Oberhausen	25.09.96	Oberhausen
35,40	Riedel, Werner	52	SV Sonsbeck	21.05.99	Wesel
35,11	Oppers, André	68	TEAM Niederrhein	14.04.13	Wesel
35,04	Uduc, Siegfried	39	Alemannia Kamp	18.07.87	Wunsdorf
34,70	Köppen, Heinz	43	SuS 09 Dinslaken	19.09.92	Dinslaken
34,40	Herder, Oliver	69	DJK Tackenberg	17.05.14	Essen
34,10	Rütjes, Theo	44	LG Hünxe	08.03.92	Dinslaken
33,61	Messerschmidt, Rolf	65	TV Wesel	28.10.12	Wesel
33,52	Remke, Jürgen	49	LG Hünxe	29.05.94	Leverkusen
32,18	Kuhlmann, Markus	72	SuS 09 Dinslaken	20.05.17	Rhede
31,87	Hüttermann, Dieter	49	LG Hünxe	24.09.98	Hünxe

Gewicht 15,88 kg

10,80	Kuhlmann, Markus	1972	SuS 09 Dinslaken	08.10.17	Dinslaken
-------	------------------	------	------------------	----------	-----------

Wurf-Fünfkampf

Hammer (7.26kg)-Kugel (7.26kg)-Diskus (2kg)-Speer (800g)-Gewicht (15.88kg)

2.933	Kuhlmann, Markus	1972	SuS 09 Dinslaken	08.10.17	Dinslaken
-------	------------------	------	------------------	----------	-----------

31,54-11,91-36,07-28,84-10,80

Fünfkampf

Weit-Speer (800g bis 31.03.1986)-200m-Diskus (2kg)-1500m**Wertung von 1985 (zur Wettkampfzeit gültige Wertung)**

2.433	Wodarz, Hans-Georg	37	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
(2253)	5,41/31,26/24,4/21,26/4:33,7				
2.099	Zimmer, Hans	40	Alemannia Kamp	29.06.85	Rom/l
(2119)	5,40/38,86/25,2/24,48/5:54,7				
2.033	Schopmann, Hans	36	Alemannia Kamp	02.09.84	Kamp
(1906)	4,60/44,24/28,6/37,22/5:53,3				
1.985	Hähnel, Udo	40	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
(1893)	5,29/36,26/26,6/32,24/6:19,8				
1.852	Gülich, Heinz	34	Alemannia Kamp	12.05.79	Voerde
(1888)	5,12/43,40/28,4/37,86/aufgegeben.				
1.847	Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	09.08.85	Kamp
(1912)	5,50/34,26/25,7/30,66/aufgeb.				
1.684	Schaak, Allan	10	RW Oberhausen	09.10.55	Oberhausen
	5,39/23,87/28,8/21,64/5:30,0				
1.616	Raff, Hans	10	RW Oberhausen	09.10.55	Oberhausen
	4,43/34,45/29,6/25,33/5:42,0				
1.457	Bailly, Werner	35	Alemannia Kamp	01.08.80	Kamp
(1205)	4,38/25,22/28,3/20,50/5:44,0				
1.301	Lamber, Hans	32	Alemannia Kamp	15.05.81	Kamp
(1212)	4,60/26,74/26,8/21,16/aufgegeben.				

Fünfkampf Mannschaft

Weit-Speer (800g bis 31.03.1986)-200m-Diskus (2kg)-1500m**Wertung von 1985 (zur Wettkampfzeit gültige Wertung)**

6.623	Alemannia Kamp			09.08.85	Kamp
(7209)	Wodarz, Georg	37	2.433	(2.253)	
	Zimmer, Hans	40	2.169	(2.061)	
	Schoppmann, Hans	36	2.021	(1.895)	

Fünfkampf

Weit-Speer (800g ab 01.04.1986)-200m-Diskus (2kg)-1500m**Wertung von 1985/1994 (mit AK-Faktor von 2017)**

2.083	in der Beek, Jürgen	43	Spvgg.Sterkrade-Nord	17.04.89	Oberhausen
(2.718)	4,40/39,54/26,0/21,24/4:57,3				
1,631	Schubert, Gerhard	39	Alemannia Kamp	02.10.87	Kamp
(2.154)	5,09/34,90/27,1/28,68/aufg.				